avenzo

Monitor portable para medición de la grasa corporal e hidratación Modelo: AV595

1.Introducción

Estimado cliente:
Gracias por comprar nuestro producto AV595 para la medición de su grasa corporal e hidratación.
El principio de este dispositivo está basado en el análisis de impedancia bio-electrónica (BIA), que permite estimar la composición del cuerpo y en particular medir la grasa corporal, cuando está combinado con otros factores tal como la edad, el sexo, la altura y el peso.
Contenido de la caja
En la caja encontrará lo siguiente:
- Monitor portable para medición de la grasa corporal e hidratación *1
- Pila *2 (ya instaladas)
- Manual de instrucciones *1

Especificaciones AV595	
Peso máximo:	150 kgs / 330 lb / 24 stones
Peso mínimo:	2.0 kgs / 4.4 lb
División de unidad de peso:	0.1 kgs / 0.2 lbs (presionando ▲o▼ brevemente) 1.0 kg – 2.2 lbs (presionando ▲o▼ continuamente)
Rango de medición de grasa corporal:	4.0 – 45.0 %
Resolución diferencial de grasa corporal:	0.1%
Rango de medición de hidratación:	37.8 – 66.0%
Resolución diferencial de hidratación:	0.1%
Tamaño de dígitos en la pantalla LCD:	0.8" (20 mm)
Corriente:	2x3.0V CR2032 pila ion-litio
Conversión kg/lb/stone	
Apagado automático	
Indicador de poca batería ("LO")	

Ajustes por defecto

Parámetro	Ajuste por defecto	Rango
Memoria	1	1 a 8
Sexo	Hombre	Hombre/Mujer
Altura	165 cm	100 cm – 250 cm
Edad	25	10- 99

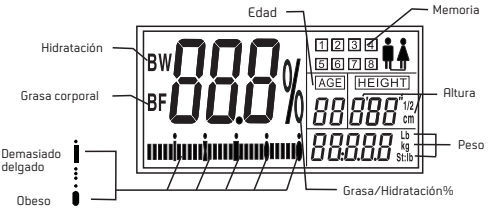
2.Consejos de seguridad

Las lecturas de grasa corporal y porcentaje de hidratación solo tienen valor de referencia. Las características físicas no necesariamente dan una lectura congruente de grasa corporal o de porcentaje de hidratación, y las personas de misma constitución física, misma edad y mismo sexo no van a dar las mismas lecturas. No están destinadas a un uso médico. Siempre consulte con su médico para obtener consejos para medicamentos o dietas, para obtener un nivel de peso normal o el nivel de grasa corporal y porcentaje de hidratación deseados.
Este aparato de medición de grasa corporal e hidratación no es adecuado para gente de la siguiente condición:
- Niños de menos de 10 años y adultos de más de 80 años
- Gente que usa marcapasos u otro trasplante medical con componentes electrónicos. El rendimiento del trasplante puede verse afectado.
- Gente con síntomas de fiebre, edema, osteoporosis
- Gente que hace diálisis
- Gente que toma medicina cardiovascular
- Mujeres embarazadas
- Atletas que empiezan una actividad de más de 10 horas de deporte intensivo
- Gente con el pulso del corazón por debajo de los 60 latidos/minuto.

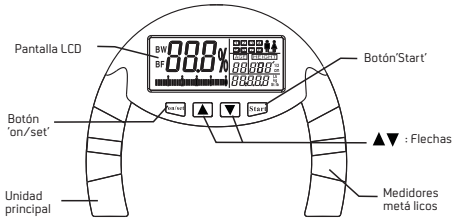
Para prevenir interferencias, no use el aparato al lado de equipamiento con fuertes campos electromagnéticos. Siempre deje una buena distancia con estos equipamientos cuando se use nuestro aparato, o apague estos equipamientos antes de operarlo.
Si una pila gotea, el aparato se puede dañar. Limpie el compartimento de la pila inmediatamente, evitando el contacto con su piel.
Dejar la pila en lugares calientes o fríos, tal como un coche cerrado en verano o invierno reducirá su capacidad y vida útil. Intente siempre guardar la pila entre 15°C and 25°C (59°F and 77°F). Un aparato con una pila caliente o fría puede no funcionar temporalmente, incluso si la pila está completamente cargada.
No deje las pilas en el fuego, pueden explotar. Las pilas pueden explotar también si están dañadas.
No deje que los niños jueguen con el dispositivo. Existen piezas pequeñas que pueden causar peligro de asfixia.
Debe apagar cualquier dispositivo electrónico en lugares determinados, que pueden incluir hospitales o lugares con riesgo de explosión.
Apague el aparato antes de embarcar en un avión y consulte sobre si se permite el uso durante el vuelo.

3. Para empezar

Ilustraciones de la pantalla LCD



Ilustraciones del aparato

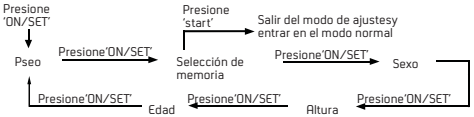


Preparación

Las dos pilas de litio 3.0V están ya instaladas en el compartimiento debajo del aparato.

Ajustes iniciales

Presione el botón "ON/SET" para encender el aparato. Todos los segmentos LCD se van a encender brevemente y entrar en modo de ajustes, empezando por la selección de memoria. Presionando el botón "ON/SET" otra vez le permitirá cambiar los demás parámetros.
Ver la ilustración siguiente:



a.Peso: presione las flechas (▲▼) para aumentar o bajar y ajustar su peso. Cuando lo presiona brevemente va a aumentar/disminuir de 0.1kg/ 0.1lb. Cuando lo presiona continuamente va a aumentar/disminuir de 1.0kg/2.2lb. Presione el botón 'ON/SET' para confirmar el parámetro. La pantalla LCD va a saltar al parámetro siguiente (memoria) al mismo tiempo.
b.Memoria: presione las flechas (▲▼) para aumentar o bajar y elegir la memoria que quiera o la memoria que le ha sido asignada. Presione el botón 'ON/SET' para confirmar el parámetro. La pantalla LCD va a saltar al parámetro siguiente (sexo) al mismo tiempo.
c.Sexo: presione las flechas (▲▼) para aumentar o bajar y ajustar su sexo. Presione el botón 'ON/SET' para confirmer el parámetro. La pantalla LCD va a saltar al parámetro siguiente (altura) al mismo tiempo.
d.Altura: presione las flechas (▲▼) para aumentar o bajar y ajustar su altura. Presione el botón 'ON/SET' para confirmar el parámetro. La pantalla LCD va a saltar al parámetro siguiente (edad) al mismo tiempo.
e.Edad: presione las flechas (▲▼) para aumentar o bajar y ajustar su edad. Presione el botón 'ON/SET' para confirmar el parámetro. La pantalla LCD va a saltar al parámetro siguiente (memoria) al mismo tiempo, y el proceso está finalizado.
En cualquier momento de la configuración de parámetros, se puede presionar el botón 'ON/SET' varias veces para navegar en la configuración de parámetros y asegurarse de que los parámetros están correctamente configurados. La pantalla LCD va a saltar al parámetro de memoria.
Presione el botón 'start' para salir del modo de ajustes y entrar en el modo normal. La pantalla LCD va a saltar a 'BF ---'.

4. Medición de grasa corporal e hidratación

Sujete el aparato frente a su pecho, y coloque sus brazos perpendiculares a su cuerpo (asegúrese siempre de que tenga las manos secas al sujetar el aparato), y sujete los medidores metálicos. En cuanto sujete los medidores, aparecerá '□□□' en la pantalla LCD.
Tras unos segundos el aparato va a medir automáticamente sus porcentajes de grasa corporal ("BF") e hidratación ("BW"). La pantalla LCD va a saltar alternativamente 5 veces entre los valores de grasa e hidratación, y se apagará automáticamente.
En la parte baja de la pantalla, podrá ver una línea de múltiples barras verticales, que indican su porcentaje de grasa, indicando a que nivel se sitúa comparado con las estadísticas, si está considerado delgado, normal u obeso. Se puede tomar esta indicación como referencia de su condición.
NOTE: cuando presione el botón 'ON/SET', puede medir otros datos, repitiendo los pasos de (a) a (f) para ajustar los datos personales.

5. Solución de problemas

La pantalla LCD puede mostrar mensajes de error ocasionales 'Err', o fallar al apagarse. Quite y vuelva a instalar las pilas para proceder a un reseteo completo. Vuelva a encender el aparato para reanudar la operación.
Si el aparato falla al encenderse, verifique que las pilas estén correctamente instaladas y si las pilas están cargadas, inserte o reemplace las pilas.
Otros mensajes:
- Todos los segmentos se encienden a la vez: indica que los segmentos están funcionando correctamente.
- 'LO': las pilas se están agotando.
- 'Err-h': el porcentaje de grasa calculado es demasiado alto o por encima del límite superior.
- 'Err-l': el porcentaje de grasa calculado es demasiado bajo o por debajo del límite inferior.

6. Información de referencia

El resultado de grasa corporal evaluado está basado en un método estandarizado de medición. Está calculado por un método desarrollado en estudios científicos extensivos. La hidratación contenida en los músculos afecta la medición. Los hábitos y modo de vida personales afectan el nivel de hidratación. Otros factores, tal como los siguientes pueden afectar la hidratación:
- Después de un baño, la lectura puede ser más baja.
- Después de comer o beber, la lectura puede ser más alta.
- Durante el periodo menstrual o el embarazo, las lecturas pueden variar o ser inconsistentes.
- La pérdida de hidratación por enfermedad, actividades físicas intensas: las lecturas pueden ser más bajas.
La tabla siguiente da un estado estimado en comparación con los porcentajes de grasa e hidratación indicados:

Edad	Mujer		Hombre		Estado
	Grasa[%]	Hidratación[%]	Grasa[%]	Hidratación[%]	
Menos de 30	4.0-16.0	66.0-57.8	4.0-11.0	66.0-61.2	Demasiado delgado
	16.1-20.5	57.7-54.7	11.1-15.5	61.1-58.1	Delgado
	20.6-25.0	54.6-51.6	15.6-20.0	58.0-55.0	Normal
	25.1-30.5	51.5-47.8	20.1-24.5	54.9-51.9	Alto
	30.6-45.0	47.7-37.8	24.6-45.0	51.8-37.8	Muy alto
Más de 30	4.0-20.0	66.0-55.0	4.0-15.0	66.0-58.4	Demasiado delgado
	20.1-25.0	54.9-51.6	15.0-19.5	58.3-55.3	Delgado
	25.1-30.0	51.5-48.1	19.6-24.0	55.2-52.3	Normal
	30.1-35.0	48.0-44.7	24.1-28.5	52.2-49.2	Alto
	35.1-45.0	44.6-37.8	28.6-45.0	49.1-37.8	Muy alto

7. Consejos de mantenimiento

Mantenga el aparato seco y evite la lluvia, la humedad y el contacto con cualquier otro líquido, pueden dañar el aparato. Si el aparato está mojado, por favor utilícelo solo si se ha secado por completo. No limpie el aparato con productos químicos fuertes, limpiadores, detergentes, etc.
No utilice el aparato en lugares sucios y con mucho polvo, se pueden dañar las piezas desmontables y los componentes electrónicos.
No coloque el aparato en lugares expuestos a altas temperaturas, acortará la vida útil del dispositivo, ocasionará daños en las pilas y en las piezas de plástico. No coloque el aparato en lugares expuestos a bajas temperaturas ya que al volver a temperatura normal la humedad de la condensación dañara los circuitos internos. No está permito desmontar o modificar el aparato ni someterlo a golpes duros etc. puesto que puede dañar su estructura interna, invalidará la garantía. No contiene ninguna pieza que se pueda reparar.
No tire el aparato. Evite los impactos fuertes y los sacudidos bruscos. Es un aparato de medición preciso, es delicado y sensible a cualquier influencia externa no deseada.

Si en el futuro necesita en cualquier momento desechar este producto, por favor tenga en cuenta que los productos eléctricos no deben ser tirados junto con la basura normal de su hogar. Por favor deposite este producto en los contenedores de reciclado o acuda a los ´´puntos limpios´´ de su localidad para proceder a su reciclado. Compruebe con su autoridad local o con el minorista cual es el procedimiento de reciclado más conveniente.

CE

Por medio de la presente, Avenzo Global Tech S.L. declara que este producto cumple con los requisitos esenciales y cualesquiera otras disposiciones aplicables o exigibles de la Directiva CE. La copia completa de la Declaración de Conformidad para este producto puede obtenerse a través de nuestra página web www.avenzo.biz.

avenzo

Portable monitor for body fat & hydration measurement
Model: AV595

1. Introduction

Dear Customer:
Thanks for purchasing our digital product AV595, a measuring device of your body fat and hydration.
The principle of this device is based on the bio-electronic impedance analysis (BIA), which allows to estimate the body composition and in particular the body fat, when combined with other factors such as age, gender, body height and weight.
In the box
You can find the following in the box:
- Portable monitor for body fat & hydration *1
- Batteries *2 (installed)
- User manual *1

Specifications AV595	
Maximum input weight:	150 kgs / 330 lb / 24 stones
Minimum input weight:	2.0 kgs / 4.4 lb
Weight data entering division:	0.1 kgs / 0.2 lbs (press ▲or▼ shortly) or 1.0 kg – 2.2 lbs (press ▲or▼ continuously)
Body fat measure range:	4.0 – 45.0 %
Body fat differential resolution:	0.1%
Hydration measure range:	37.8 – 66.0%
Hydration differential resolution:	0.1%
Main LCD digit size:	0.8" (20 mm)
Power:	2x3.0V CR2032 lithium battery
Kg/lb/stone convertible	
Auto-off	
Low battery power indication ('LO')	

Default settings

Parameter	Default setting	Range
Memory	1	1 to 8
Gender	Male	Male/female
Height	165 cm	100 cm – 250 cm
Age	25	10 - 99

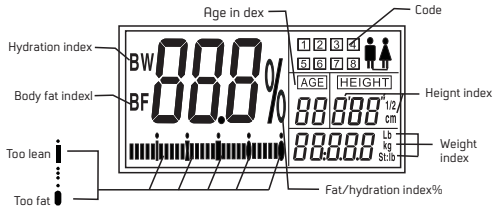
2.Usage safety rules

The evaluated readings of body fat and water percentages are only a reference value. The physical outlook of body does not necessarily give congruent fat or hydration percentages readings, nor the same physically built persons of same age and sex should give the same readings. They are not intended for any medical purpose. Please always consult your physician to get advice for any medication or diet in order to achieve a normal weight level, or the condition of body fat/hydration percentage that one should achieve.
This body fat/hydration measurement device is not suitable for people of the following conditions:
- Children under 10 and adults over 80
- People who use or wear pacemakers or other medical transplant with electronic components. Transplant performance may be jeopardized or impaired.
- People with symptoms of fever, edema, osteoporosis
- People on dialysis treatment
- People taking cardiovascular medicine
- Pregnant women
- Athletes who undertake more than 10 hours of intensive sport activity
- People with heart pulse rate under 60 beats/minute.

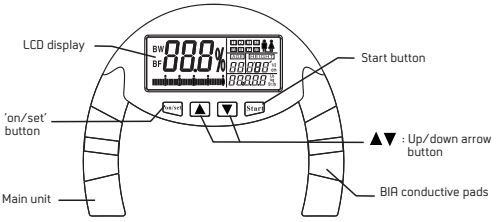
To prevent interferences, do not use the device near equipment with strong electro-magnetic fields. Always keep a good distance from such equipment when operating our device, or turn off those equipment before operating.
Should a battery leak, the device may become damaged. Clean the battery compartment immediately, avoiding contact with your skin.
Leaving the battery in hot or cold places, such as leaving it in a closed car in summer or winter, will reduce the capacity and lifetime of the battery. Always try to keep the battery between 15°C and 25°C (59°F and 77°F). A device with a hot or cold battery may not work temporarily.
Do not dispose batteries in a fire as they may explode. Batteries may also explode if damaged.
Don't let children play with the device. Small parts may cause choking hazard.
Please note that you should power off electronic devices or wireless devices on some specific places which includes hospitals or areas with exploding potential risk.
Please turn off the device before boarding a plane, and don't use it during flight.

3. Getting Started

LCD screen illustration



Device illustration

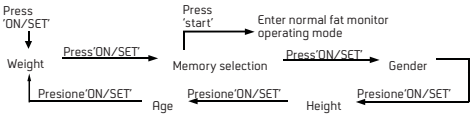


Preparation

The two 3.0V lithium batteries are already installed into the compartment underneath the device.

Initial setup

Press the button "ON/SET" to switch on the device. All LCD segments will light up briefly and prompt to setting mode starting from Memory selection. Pressing the button "ON/SET" again will take you through the cycle of setting the different parameters.
See the following illustration:



a.Weight: press the arrow buttons up and down (▲▼) to move forward/backwards and adjust your weight. When pressed shortly it will increase/decrease 0.1kg/0.1lb. When pressed continuously it will increase/decrease 1.0kg/2.2lb. Press the 'ON/SET' button to confirm the setting. The LCD screen will skip to the next parameter setting (memory station) at the same time.
b.Memory station: press the arrow buttons up and down (▲▼) to move forward/backwards to the memory station which you would like to chose or had been designated to you. Press the 'ON/SET' button to confirm the setting. The LCD screen will skip to the next parameter setting (gender) at the same time.
c.Gender: press the arrow buttons up and down (▲▼) to move forward/backwards to choose your gender. Press the 'ON/SET' button to confirm the setting. The LCD screen will skip to the next parameter setting (height) at the same time.
d.Height: press the arrow buttons up and down (▲▼) to move forward/backwards and adjust your height. Press the 'ON/SET' button to confirm the setting. The LCD screen will skip to the next parameter setting (age) at the same time.
e.Age: press the arrow buttons up and down (▲▼) to move forward/backwards and adjust your age. Press the 'ON/SET' button to confirm the setting. The LCD screen will skip to the next parameter setting (memory station) at the same time, and all settings are now completed.
At any stage of settings configuration, you can press the 'on/start' button to enter the normal operating mode. At this point, you can continue to press the 'ON/SET' button a few consecutive times to go through the setting mode and ensure all the parameters are correctly set. The LCD will skip to memory setting.
f.Press the 'start' button to exit setting mode and enter normal operating mode. The LCD will skip to 'BF ---'.

4. Body fat and hydration measurement

Hold the device in front of your breast, and place your arms perpendicular to your body (always ensure to use dry hands to hold the device), and hold the BIA conductive pads. As soon as you hold the pads, the LCD screen will display '□□□'.
Within a few seconds, the unit will automatically measure your body fat ("BF") and hydration ("BW") percentages. The LCD will skip back and forth alternately between value of fat and hydration percentages for 5 times, and then automatically shut down.
On the lower side of the screen, you will see a line of multiple vertical bars. The bar line indicates your fat percentage level, telling where your fat level is comparing to the statistics norms, whether you are considered as thin, normal, or obese. You can take this indication as a reference data of your condition.
NOTE: whenever pressing the 'ON/SET' button, you can measure new records going through the same (a) to (f) steps to adjust all personal data.

5. Device troubleshooting

The LCD screen may show occasional error messages 'Err', or fail to turn off. Please remove and reinstall the battery for a total reset. Then turn on the device again to resume the operation.
If it fails to turn on, please check whether battery has been installed properly, or battery power has been too low. Insert or replace the battery.
Other messages:
- All segments light up simultaneously: indicates all segments are performing correctly.- 'LO': the main battery unit is running low.
- 'Err-h': the computed fat percentage rate is too high or above the upper limit.- 'Err-l': the computed fat percentage rate is too low or below the lower limit.

6. Reference information

The evaluated body fat result is based on a standardized measuring method. It is calculated by a correlated formula developed on extensive scientific studies. The hydration contained in the lean muscle affects measuring results. Individual habits and lifestyle will affect balance of hydration level. Other factors, such as the following may affect hydration balance:
- After a bath, readings can be lower.
- After a meal or drink, readings can be higher.
- During female menstrual period or pregnancy, readings can be fluctuating/inconsistent.
- Loss of hydration by illness, energetic physical activities: readings can be lower
The table below gives an estimate status related to the indicated fat and hydration percentages:

	Female		Male		
Age	Fat (%)	Hydration (%)	Fat (%)	Hydration (%)	Status
Below 30	4.0-16.0	66.0-57.8	4.0-11.0	66.0-61.2	Too lean
	16.1-20.5	57.7-54.7	11.1-15.5	61.1-58.1	Lean
	20.6-25.0	54.6-51.6	15.6-20.0	58.0-55.0	Normal
	25.1-30.5	51.5-47.8	20.1-24.5	54.9-51.9	High
	30.6-45.0	47.7-37.8	24.6-45.0	51.8-37.8	Very high
Above 30	4.0-20.0	66.0-55.0	4.0-15.0	66.0-58.4	Too lean
	20.1-25.0	54.9-51.6	15.0-19.5	58.3-55.3	Lean
	25.1-30.0	51.5-48.1	19.6-24.0	55.2-52.3	Normal
	30.1-35.0	48.0-44.7	24.1-28.5	52.2-49.2	High
	35.1-45.0	44.6-37.8	28.6-45.0	49.1-37.8	Very high

7. Product maintenance

Please keep the device dry and don't place it near rain, humidity or any other liquid. These will damage the device. If the device is wet, please use it when it's completely dried.
Don't wash the device with strong chemicals, cleaner, detergent etc.
Please don't use the device in dusty or dirty places, it may damage the removable parts and electronic components. Don't place the device in high temperature places, high temperatures will shorten the device usage life, damage the battery and the plastic case.
Don't store the device in low temperature places, when the device temperature rise to normal temperature, humidity will be present into the inner parts of the device and it will damage the internal components.
Disassemble and modify the device is not allowed and will void the warranty.
Please remove the battery if the device is not going to be used for a long period of time.
Do not drop the device, or power hold the device when using. Avoid strong impact and sudden shake as it is a precision measuring device. The appliance is delicate and sensitive to all unwanted external influence.
Do not attempt to open the device and repair it. There are no serviceable parts inside. This would void the warranty.

If in the future you need at any time to discard this product, please note that electrical products should not be thrown away with regular garbage. Please place this product in the recycling bins or go to designated recycling areas. Check with your local authority or the retailer which is the best recycling process.

Avenzo Global Tech S.L. certifies that this product complies with the essential requirements and whichever other applicable or required CE regulation. The complete copy of the Declaration of Conformity for this product can be obtained through our website www.avenzo.biz.

avenzo

Moniteur portable de mesure de graisse corporelle et d'hydratation Modèle: AV595

1. Introduction

Cher client,
Nous vous remercions d'avoir acheté notre produit AV595 de mesure de graisse corporelle et hydratation. Avant d'utiliser cet appareil, veuillez lire attentivement le manuel de l'utilisateur afin de l'utiliser normalement.
Le principe de ce dispositif est basé sur l'analyse d'impédance bio-électronique (BIA), qui permet d'estimer la composition du corps et en particulier mesurer la graisse corporelle, lorsqu'elle est combinée avec d'autres facteurs tels que l'âge, le sexe, la taille et le poids.
Le produit inclut
Le produit inclut les éléments suivants :
- Moniteur portable de mesure de la graisse corporelle et hydratation *1
- Pile *2 (déjà installée)
- Manuel de l'utilisateur *1

Spécifications AV595	
Poids maximum:	150 kgs / 330 lb / 24 stones
Poids minimum:	2.0 kgs / 4.4 lb
Division de l'unité de poids:	0.1 kgs / 0.2 lbs (en appuyant sur ▲ou ▼ brièvement) 1.0 kg – 2.2 lbs (en appuyant sur ▲ou ▼ continu)
Rang de mesure de graisse corporelle:	4.0 – 45.0 %
Résolution différentielle de graisse corporelle:	0.1%
Rang de mesure d'hydratation:	37.8 – 66.0%
Résolution différentielle d'hydratation:	0.1%
Taille des chiffres sur écran LCD:	0.8" (20 mm)
Alimentation:	2x3.0V CR2032 piles lithium-ion
Conversion kg/lb/stone	
S'éteint automatiquement	
Indicateur de niveau de batterie	

Réglages par défaut

Paramètre	Réglage par défaut	Rang
Mémoire	1	1 à 8
Sexe	Homme	Homme/femme
Taille	165 cm	100 cm – 250 cm
Âge	25	10 - 99

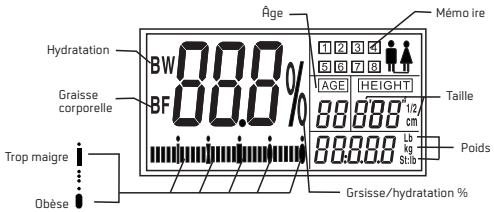
2.Règles de sécurité

Les lectures de graisse corporelle et pourcentage d'hydratation sont uniquement une valeur de référence. Les caractéristiques physiques ne donnent pas nécessairement une lecture qui a un rapport logique de graisse corporelle ou de pourcentage d'hydratation, et les personnes de même constitution physique, même âge et même sexe ne vont pas donner les mêmes lectures. Celles-ci ne sont pas destinées à un usage médical. Consultez toujours votre médecin traitant pour obtenir des conseils, prescrire des médicaments ou régimes afin d'atteindre un poids normal et le pourcentage d'hydratation désiré.
Cet appareil de mesure de graisse corporelle et hydratation n'est pas approprié pour les personnes suivantes :
- Enfants de moins de 10 ans et adultes de plus de 80 ans
- Utilisateurs de pacemakers ou autre transplant médical comprenant des composants électroniques. Le rendement du transplant peut s'en voir affecté.
- Personnes avec symptômes de fièvre, œdème, osteoporosis
- Personnes sous dialyse
- Personnes sous traitement cardio-vasculaire
- Femmes enceintes
- Athlètes qui commencent une activité de sport intensif de plus de 10 heures
- Personnes avec le pouls en-dessous de 60 battements/minute.

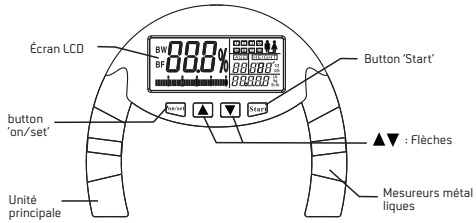
Pour éviter les interférences, n'utilisez pas l'appareil à côté d'équipements avec de forts champs électromagnétiques. Laissez toujours une distance de sécurité avec ces équipements lorsque vous utilisez notre appareil, ou éteignez ces équipements avant de l'allumer.
Si la pile fuit, l'appareil peut être abîmé. Nettoyez le compartiment de la pile immédiatement, en évitant le contact avec votre peau.
Laisser la pile dans des endroits chauds ou froids, tels qu'une voiture fermée en été ou en hiver, réduira la capacité et la vie utile de la pile. Conservez la pile entre 15°C and 25°C (59°F and 77°F). Un appareil avec une pile trop chaude ou trop froide peut ne pas fonctionner de manière temporaire, même quand la pile est complètement chargée.
Ne placez pas la pile dans un feu, elle peut exploser. La pile peut aussi exploser si elle est endommagée.
Ne laissez pas les enfants jouer avec l'appareil. Les petites pièces peuvent entraîner un risque d'étouffement.
N'oubliez pas d'éteindre le dispositif électronique dans certains endroits spécifiques comme des hôpitaux ou des zones présentant un risque d'explosion potentiel. Veuillez éteindre l'appareil avant d'embarquer dans un avion et ne l'utilisez pas pendant le vol.

3. Pour commencer

Illustrations de l'écran LCD



Illustrations de l'appareil

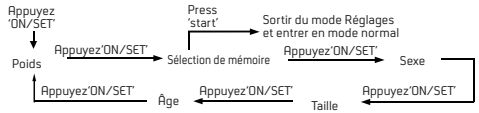


Préparation

Les deux piles de lithium 3.0V sont déjà installées dans le compartiment sous l'appareil.

Réglages initiaux

Appuyez sur "ON/SET" pour allumer l'appareil. Tous les segments LCD vont s'allumer brièvement et entrer en mode Réglages, en commençant par la sélection de mémoire. En appuyant une seconde fois le bouton "ON/SET" vous aurez la possibilité de changer les autres paramètres. Voir l'illustration suivante:



A.Poids: appuyez sur les flèches (▲▼) pour augmenter ou diminuer la valeur et ajuster votre poids. Lorsque vous appuyez brièvement cela va augmenter/diminuer de 0.1kg/0.1lb. Lorsque vous appuyez de manière continue cela va augmenter/diminuer de 1.0kg/2.2lb. Appuyez sur 'ON/SET' pour configurer ce paramètre. L'écran LCD va se positionner sur le paramètre suivant (mémoire) en même temps.
b.Mémoire: appuyez sur les flèches (▲▼) pour augmenter ou diminuer la valeur et choisir la mémoire. Appuyez sur 'ON/SET' pour configurer ce paramètre. L'écran LCD va se positionner sur le paramètre suivant (sexe) en même temps.
c.Sexe: appuyez sur les flèches (▲▼) pour choisir votre sexe. Appuyez sur 'ON/SET' pour configurer ce paramètre. L'écran LCD va se positionner sur le paramètre suivant (taille) en même temps.
d.Taille: appuyez sur les flèches (▲▼) pour augmenter ou diminuer la valeur et choisir votre taille. Appuyez sur 'ON/SET' pour configurer ce paramètre. L'écran LCD va se positionner sur le paramètre suivant (âge) en même temps.
e.Âge: appuyez sur les flèches (▲▼) pour augmenter ou diminuer la valeur et choisir votre âge. Appuyez sur 'ON/SET' pour configurer ce paramètre. L'écran LCD va se positionner sur le paramètre suivant (mémoire) en même temps ; la configuration est maintenant terminée.
A n'importe quel moment de la configuration des paramètres, vous pouvez appuyer sur le bouton 'ON/SET' plusieurs fois pour naviguer dans la configuration de paramètres et vous assurer que les paramètres sont correctement configurés. L'écran LCD va revenir au paramètre de mémoire. Appuyez sur le bouton 'start' pour sortir du mode de réglages et entrer en mode normal. L'écran LCD affichera 'BF ---'.

4. Mesure de graisse corporelle et hydratation

Tenez l'appareil en face de vous, placez vos bras perpendiculairement à votre corps (assurez-vous d'avoir les mains sèches) et placez vos doigts sur les mesureurs métalliques. Â ce moment vous verrez '□□□' sur l'écran LCD. Après quelques secondes l'appareil va mesurer automatiquement les pourcentages de graisse corporelle ("BF") et hydratation ("BW"). L'écran LCD va vous montrer alternativement 5 fois les valeurs de graisse corporelle et d'hydratation, avant de s'éteindre automatiquement. Sur la partie en bas de l'écran, vous pourrez voir une ligne de multiples barres verticales, qui indiquent votre pourcentage de graisse, indiquant à quel niveau vous vous situez comparé avec les statistiques ; si il vous êtes considéré comme maigre, normal ou obèse. Vous pouvez prendre cette indication comme référence de votre condition physique. NOTE: lorsque vous appuyez sur le bouton 'ON/SET', vous pouvez mesurer d'autres données de personnes distinctes, en répétant les pas de (a) a (f) pour ajuster les données personnelles.

5. Résolution de problèmes

L'écran LCD peut montrer des messages d'erreur occasionnels 'Err', ou ne pas s'éteindre. Enlevez et replacez les piles pour procéder à un reset complet. Rallumez l'appareil pour reprendre l'opération.
Si l'appareil ne s'allume pas, vérifiez que les piles sont correctement installées et qu'elles sont chargées, placez ou remplacez les piles.
Autres messages:
- Tous les segments s'allument en même temps: indique que les segments fonctionnent correctement.
- 'LO': les piles s'épuisent.
- 'Err-h': le pourcentage de graisse calculé est trop élevé ou au-dessus de la limite supérieure.
-'Err-l': le pourcentage de graisse calculé est trop bas ou en-dessous de la limite inférieure.

6. Information de référence

Le résultat de graisse corporelle est basé sur une méthode standard de mesure. Elle est calculée selon une méthode développée par des études scientifiques extensives. L'hydratation contenue dans les muscles affecte la mesure. Les habitudes et le mode de vie affectent le niveau d'hydratation. D'autres facteurs, tels que les suivants peuvent affecter l'hydratation :
- Après un bain, la lecture peut être plus basse.
- Après avoir mangé ou bu, la lecture peut être plus haute.
- Durant la période menstruelle ou la grossesse, les lectures peuvent varier ou être inconsistantes.
- La perte d'hydratation pour maladie ou activité physique intense: les lectures peuvent être plus basses.
Le tableau suivant donne un état estimé par rapport aux pourcentages de graisse et d'hydratation:

Âge	Femme		Homme		État
	Graisse(%)	Hydratation(%)	Graisse(%)	Hydratation(%)	
Moins de 30 ans	4.0-16.0	66.0-57.8	4.0-11.0	66.0-61.2	Trop maigre
	16.1-20.5	57.7-54.7	11.1-15.5	61.1-58.1	Maigre
	20.6-25.0	54.6-51.6	15.6-20.0	58.0-55.0	Normal
	25.1-30.5	51.5-47.8	20.1-24.5	54.9-51.9	Elevé
	30.6-45.0	47.7-37.8	24.6-45.0	51.8-37.8	Très élevé
Plus de 30 ans	4.0-20.0	66.0-55.0	4.0-15.0	66.0-58.4	Trop maigre
	20.1-25.0	54.9-51.6	15.0-19.5	58.3-55.3	Maigre
	25.1-30.0	51.5-48.1	19.6-24.0	55.2-52.3	Normal
	30.1-35.0	48.0-44.7	24.1-28.5	52.2-49.2	Elevé
	35.1-45.0	44.6-37.8	28.6-45.0	49.1-37.8	Très élevé

7. Entretien du produit

Conservez l'appareil au sec et ne l'exposez pas à la pluie, à l'humidité ou à un autre liquide. L'appareil serait endommagé. Si l'appareil est mouillé, ne l'utilisez que lorsqu'il est complètement séché. Ne lavez pas l'appareil avec des produits chimiques forts, des nettoyants, des détergents, etc.
N'utilisez pas l'appareil dans un endroit poussiéreux et sale. Les pièces amovibles et les composants électroniques pourraient être endommagés.
N'exposez pas l'appareil à des températures élevées. Ces températures élevées écourtent la vie utile de l'appareil, endommagent les piles et la coque en plastique.
Ne rangez pas l'appareil dans un endroit soumis à des températures très basses. Dans le cas contraire, lorsque l'appareil sera remis à une température normale, de l'humidité se créera dans les pièces internes de l'appareil et des composants internes pourraient être endommagés.
Le démontage et la modification de l'appareil ne sont pas autorisés ; ces actions annulent la garantie.
Ne jetez pas l'appareil. Evitez les impacts et les secousses brusques. C'est un appareil de mesure précis, il est délicat et sensible à n'importe quelle influence externe non souhaitée.

Si à l'avenir vous deviez jeter cet appareil, n'oubliez pas que les produits électriques ne doivent pas être jetés avec les ordures ménagères. Jetez ce produit dans une poubelle de recyclage appropriée ou dans une déchèterie. Demandez à votre mairie ou au revendeur quel est le processus de recyclage approprié.

Par la présente, Avenzo Global Tech S.L déclare que ce produit respecte les conditions essentielles et n'importe quelles autres dispositions applicables ou exigibles de la directrice CE. La copie complète de la Déclaration de Conformité de ce produit peut être obtenue sur notre site web www.avenzo.biz

avenzo

Monitor portatile per la misurazione dello stato di idratazione e del grasso corporeo Modello: AV595

1. Introduzione

Caro cliente,
Grazie per aver acquistato il prodotto digitale AV595, un dispositivo di misurazione dello stato di idratazione e del grasso corporeo.
Il principio di questo dispositivo si basa sull'analisi dell'impedenza bioelettrica (BIA) che consente di stimare la composizione del corpo e in particolare il grasso corporeo, se abbinato ad altri fattori come età, sesso, altezza e peso.
Nella confezione
La confezione contiene:
- 1 Monitor portatile per la misurazione dello stato di idratazione e del grasso corporeo
- 2 Batterie (installate)
- 1 Manuale utente

Specifiche AV595	
Peso inserito massimo:	150 kg / 330 lb / 24 stones
Peso inserito minimo:	2,0 kg / 4,4 lb
Divisione dei dati del peso inseriti:	0,1 kg / 0,2 lbs (premere brevemente ▲ o ▼) oppure 1,0 kg / 2,2 lbs (premere ▲ o ▼ in modo continuo)
Intervallo di misurazione del grasso corporeo:	4,0 – 45,0 %
Risoluzione differenziale del grasso corporeo:	0,1%
Intervallo di misurazione dell'idratazione:	37,8 – 66,0%
Risoluzione differenziale dell'idratazione:	0,1%
Dimensioni cifre LCD principale	0,8" (20 mm)
Alimentazione:	2 x batterie al litio CR2032 3,0 V
Convertibile in kg/lb/stone	
Spegnimento automatico	
Indicazione di batteria quasi scarica ("LO")	

Impostazioni predefinite

Parametro	Impostazione predefinita	Intervallo
Memoria	1	Da 1 a 8
Sesso	Maschio	Maschio/femmina
Altezza	165 cm	100 cm – 250 cm
Età	25	10 - 99

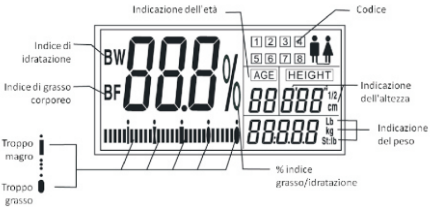
2.Regole di sicurezza per l'utilizzo

Le letture stimate delle percentuali d'acqua e grasso corporeo costituiscono solo valori di riferimento. L'aspetto fisico non necessariamente consente letture congrue delle percentuali di grasso o idratazione, né le persone con simile costituzione e della stessa età e sesso dovrebbero ottenere le stesse letture. Questi valori non sono concepiti per scopi medici. Consultare sempre il proprio medico per avere consigli in merito all'assunzione di farmaci o alla dieta adatta per raggiungere un livello di peso normale e alle percentuali di grasso corporeo/idratazione auspicabili.
Questo dispositivo per la misurazione dello stato di idratazione/grasso corporeo non è adatto a soggetti nelle seguenti condizioni:
- Bambini al di sotto dei 10 anni e adulti oltre gli 80 anni
- Persone che utilizzano o indossano pacemaker o altri organi trapiantati con componenti elettroniche. Le prestazioni degli organi trapiantati potrebbero risultare compromesse o ridotte.
- Persone affette da febbre, edema, osteoporosi
- Persone sottoposte a dialisi
- Persone che assumono farmaci cardiovascolari
- Donne in gravidanza
- Atleti che svolgono più di 10 ore di attività sportiva intensiva
- Persone con frequenza cardiaca al di sotto dei 60 battiti/minuto

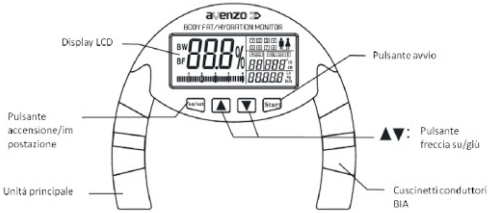
Per evitare interferenze, non utilizzare il dispositivo accanto ad apparecchiature con forti campi magnetici. Mantenersi sempre a una buona distanza da tali apparecchiature quando si utilizza il presente dispositivo, oppure spegnerle prima di procedere.
In caso di perdite da parte della batteria, il dispositivo potrebbe danneggiarsi. Pulire immediatamente il vano batterie, evitando il contatto con la pelle.
Se si lasciano le batterie in luoghi caldi o freddi, come in un'auto chiusa nella stagione estiva o invernale, la capacità e la durata della batteria si ridurranno. Se possibile, mantenere la batteria a una temperatura compresa tra 15°C e 25°C (59°F e 77°F). Un dispositivo con batteria calda o fredda potrebbe non funzionare momentaneamente.
Non gettare le batterie nel fuoco: potrebbero esplodere. Le batterie potrebbero esplodere anche se danneggiate.
Non lasciare che i bambini giochino con il dispositivo. I pezzi di piccole dimensioni possono costituire un pericolo di soffocamento.
Va ricordato che in determinati luoghi, tra cui ospedali o aree con potenziale rischio di esplosione, è opportuno spegnere i dispositivi elettronici o wireless.
Spegnere il dispositivo prima di imbarcarsi sugli aerei e non utilizzarlo durante il volo.

3. Per iniziare

Rappresentazione grafica dello schermo LCD



Rappresentazione grafica del dispositivo

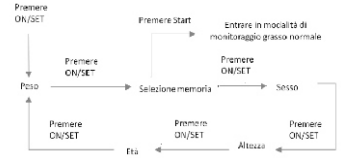


Preparazione

Le due batterie al litio da 3,0 V sono già installate nel vano sotto il dispositivo.

Configurazione iniziale

Premere il pulsante "ON/SET" per accendere il dispositivo. Tutti i segmenti dell'LCD si illuminano per un istante ed entrano in modalità di configurazione, iniziando con la scelta della Memoria. Premendo nuovamente il pulsante "ON /SET" sarà possibile far scorrere uno dopo l'altro i vari parametri da impostare. Vedere l'illustrazione seguente:



a.Peso: Premere i pulsanti a freccia in su e giù (▲▼) per spostarsi in avanti/indietro e regolare il proprio peso. Se premuto brevemente, l'aumento/diminuzione sarà di 0,1 kg/0,1 lb. Se premuto in modo continuo, l'aumento/diminuzione sarà di 1,0 kg/2,2 lb. Premere il pulsante "ON/SET" per confermare l'impostazione. Lo schermo LCD passerà automaticamente all'impostazione del parametro successivo (stazione memoria).
b.Stazione memoria: Premere i pulsanti a freccia in su e giù (▲▼) per spostarsi in avanti/indietro fino alla propria stazione memoria o a quella che si desidera scegliere. Premere il pulsante "ON/SET" per confermare l'impostazione. Lo schermo LCD passerà automaticamente all'impostazione del parametro successivo (sesso).
c.Sesso: Premere i pulsanti a freccia in su e giù (▲▼) per spostarsi in avanti/indietro per scegliere il proprio sesso. Premere il pulsante "ON/SET" per confermare l'impostazione. Lo schermo LCD passerà automaticamente all'impostazione del parametro successivo (altezza).
d.Altezza: Premere i pulsanti a freccia in su e giù (▲▼) per spostarsi in avanti/indietro e regolare la propria altezza. Premere il pulsante "ON/SET" per confermare l'impostazione. Lo schermo LCD passerà automaticamente all'impostazione del parametro successivo (età).
e.Età: Premere i pulsanti a freccia in su e giù (▲▼) per spostarsi in avanti/indietro e regolare la propria età. Premere il pulsante "ON/SET" per confermare l'impostazione. Lo schermo LCD passerà automaticamente all'impostazione del parametro successivo (stazione memoria). A questo punto tutte le impostazioni saranno state effettuate.
In qualunque fase della configurazione delle impostazioni, è possibile premere il pulsante di accensione/avvio per entrare nella normale modalità di funzionamento. A questo punto, si può premere il pulsante di accensione/avvio ("ON/SET") alcune volte consecutive per passare da una voce all'altra della modalità di impostazione e verificare che tutti i parametri siano correttamente impostati. L'LCD passerà alle impostazioni memorizzate.
f.Premere il pulsante "start" per uscire dalla modalità di impostazione ed entrare nella normale modalità operativa. L'LCD passerà a "BF ---".

4. Misurazione dell'idratazione e del grasso corporeo

Tenere il dispositivo davanti al petto e posizionare le braccia perpendicolarmente al corpo (assicurarsi sempre di avere le mani asciutte quando si impugna il dispositivo), quindi afferrare i cuscinetti conduttori BIA. Non appena si afferrano i cuscinetti, sullo schermo LCD comparirà ".
Nel giro di pochi secondi, l'unità misurerà automaticamente le percentuali di grasso corporeo ("BF") e idratazione ("BW"). L'LCD mostrerà alternativamente il valore delle percentuali di grasso e di idratazione per 5 volte, quindi si spegnerà automaticamente.
Sul lato inferiore dello schermo si vedrà una riga con più barre verticali. Tale riga indica il livello di percentuale di grasso, mostrando a che punto ci si trova rispetto alla media statistica, ovvero se si è magri, nella norma od obesi. Tale indicazione può essere presa come dato di riferimento relativo alla propria condizione.
NOTA: Ogni volta che si preme il pulsante "ON/SET" si possono misurare nuove registrazioni effettuando i medesimi passaggi da (a) a (f) per regolare tutti i dati personali.

5. Risoluzione dei problemi

Lo schermo LCD potrebbe visualizzare occasionalmente dei messaggi di errore ("Err") oppure non accendersi o spegnersi. Rimuovere e reinserire la batteria per effettuare un ripristino completo. Quindi riaccendere il dispositivo per utilizzarlo di nuovo.
Se non si accende, controllare che la batteria sia stata installata correttamente o che non sia scarica. Inserire o sostituire la batteria.
Altri messaggi:
-Tutti i segmenti si accendono contemporaneamente: indica che tutti i segmenti funzionano correttamente.
-"LO": la batteria principale dell'unità si sta scaricando.
-"Err-h": la percentuale di grasso calcolata è troppo alta o al di sopra del limite massimo.
'-Err-l': la percentuale di grasso calcolata è troppo bassa o al di sotto del limite minimo.

6. Informazioni di riferimento

Il risultato relativo al grasso corporeo calcolato si basa su un metodo di misurazione standardizzato. Viene calcolato attraverso una formula correlata, sviluppata in base ad approfonditi studi scientifici. L'idratazione della massa muscolare magra influisce sui risultati della misurazione. Le abitudini e gli stili di vita personali influiscono sull'equilibrio del livello di idratazione. Altri fattori, come i seguenti, potrebbero influenzare l'equilibrio dei livelli di idratazione:
-Dopo un bagno, le letture potrebbero risultare più basse.
-Dopo un pasto o una bevanda, le letture potrebbero risultare più alte
-Durante la gravidanza o il periodo mestruale, le letture potrebbero essere fluttuanti/discontinue.
-In caso di disidratazione dovuta a malattia, attività fisiche intense ecc. la lettura potrebbe essere più bassa.
La tabella sottostante indica una stima relativa alle percentuali di grasso e idratazione indicate:

Età	Femmina		Maschio		Stato
	Grasso (%)	Idratazione (%)	Grasso (%)	Idratazione (%)	
Meno di 30	4.0-16.0	66.0-57.8	4.0-11.0	66.0-61.2	Troppo scarso
	16.1-20.5	57.7-54.7	11.1-15.5	61.1-58.1	Scarso
	20.6-25.0	54.6-51.6	15.6-20.0	58.0-55.0	Normale
	25.1-30.5	51.5-47.8	20.1-24.5	54.9-51.9	Elevato
	30.6-45.0	47.7-37.8	24.6-45.0	51.8-37.8	Molto elevato
Più di 30	4.0-20.0	66.0-55.0	4.0-15.0	66.0-58.4	Troppo scarso
	20.1-25.0	54.9-51.6	15.0-19.5	58.3-55.3	Scarso
	25.1-30.0	51.5-48.1	19.6-24.0	55.2-52.3	Normale
	30.1-35.0	48.0-44.7	24.1-28.5	52.2-49.2	Elevato
	35.1-45.0	44.6-37.8	28.6-45.0	49.1-37.8	Molto elevato

7. Manutenzione del prodotto

Tenere il dispositivo asciutto e non esporlo a pioggia, umidità o altri liquidi. Il dispositivo si danneggerebbe. Se il dispositivo è umido, asciugarlo completamente prima dell'uso.
Non pulire il dispositivo con sostanze chimiche, pulitori o detergenti aggressivi.
Non utilizzare il dispositivo in luoghi sporchi o polverosi: le parti amovibili e i componenti elettronici potrebbero danneggiarsi.
Non esporre il dispositivo ad alte temperature poiché queste potrebbero ridurne la durata, danneggiarne la batteria e il rivestimento in plastica.
Non conservare il dispositivo in luoghi freddi; quando la temperatura del dispositivo torna a livelli normali, nelle parti interne potrebbe formarsi della condensa che ne danneggerebbe i componenti interni.
È vietato smontare e modificare il dispositivo. Ciò annullerebbe la garanzia.
Rimuovere le batterie se non si utilizza il dispositivo per lunghi periodi di tempo.
Non far cadere il dispositivo né stringerlo con forza durante l'uso. Evitare urti e scossoni, dato che si tratta di un dispositivo di misurazione di precisione. L'apparecchio è delicato e sensibile a qualunque influenza esterna indesiderata.

Non cercare di smontare il dispositivo e ripararlo da soli. All'interno non vi sono parti riparabili dall'utente. Ciò annullerebbe la garanzia.

Se in futuro sarà necessario smaltire il prodotto, ricordare che i prodotti elettrici non devono essere gettati con i normali rifiuti. Gettare il presente prodotto nei bidoni per il riciclaggio oppure nelle apposite aree di riciclaggio. Informarsi presso le autorità locali o il rivenditore per conoscere la migliore procedura di riciclaggio.

CE

Avenzo Global Tech S.L. certifica che questo prodotto è conforme ai requisiti essenziali e alle eventuali altre normative CE applicabili od obbligatorie. Si può ottenere la copia completa della Dichiarazione di conformità del presente prodotto attraverso il nostro sito web www.avenzo.biz.

avenzo

Przenośny miernik poziomu tkanki tłuszczowej i wody w organizmie Model: AV595

1. Wstęp

Szanowny Kliencie:
Dziękujemy za zakup cyfrowego miernika poziomu tkanki tłuszczowej i wody w organizmie AV595. Zasada działania urządzenia opiera się na analizie impedancji bioelektrycznej (BIA), która na podstawie kilku dodatkowych danych (płeć, wiek, wzrost i waga) pozwala w przybliżeniu określić skład organizmu, w szczególności poziom tkanki tłuszczowej.
Zawartość zestawu
Zestaw zawiera następujące elementy:
– Przenośny miernik poziomu tkanki tłuszczowej i wody 1 szt.
– Baterie 2 szt. (zainstalowane)
– Instrukcja obsługi – 1 szt.

Dane techniczne	
Maksymalna waga:	150 kg
Minimalna waga:	2,0 kg
Dokładność określania wagi:	±0,1 kg (krótkie naciśnięcie ▲lub▼) ±1,0 kg (naciśnięcie i przytrzymanie▲lub▼)
Zakres pomiaru poziomu tkanki tłuszczowej:	4,0 – 45,0%
Dokładność pomiaru poziomu tkanki tłuszczowej:	0,1%
Zakres pomiaru poziomu wody:	37,8 – 66,0%
Dokładność pomiaru poziomu wody:	0,1%
Wielkość cyfr na wyświetlaczu:	20 mm
Moc:	2 x 3,0 V bateria litowa CR2032
Funkcja konwersji kg/funt/kamień	
Samoczynne wyłączanie	
Wskaźnik rozładowania baterii („LO")	

Ustawienia domyślne

Parametr	Default setting/Ustawienia domyślne	Zakres
Pamięć	1	od 1 do 8
Płeć	Mężczyzna	Mężczyzna/kobieta
Wysokość	165 cm	100 cm – 250 cm
Wiek	25	10 - 99

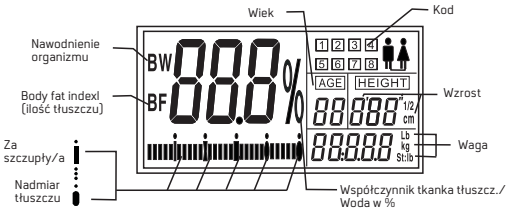
2.Zasady bezpiecznego użytkowania

Wartości zmierzone przez urządzenie mają wyłącznie charakter orientacyjny. Organizm ludzki jest niezwykle skomplikowanym systemem, dlatego wartości podawane przez urządzenie mogą być niespójne, np. rówieśnicy tej samej płci i o podobnej budowie ciała mogą otrzymać różne wyniki pomiarów. Wyniki nie mogą stanowić podstawy do diagnozy medycznej. Zawsze skonsultuj się z lekarzem, zanim podejmiesz decyzję o przejściu na dietę lub podjęciu kuracji mającej na celu uzyskanie prawidłowej masy ciała lub optymalnego poziomu tkanki tłuszczowej i wody w organizmie.
Urządzenie nie powinno być używane przez:
- Dzieci poniżej 10 roku życia i osoby powyżej 80 roku życia.
- Osoby z rozrusznikami serca lub innymi implantami elektronicznymi. Istnieje niebezpieczeństwo uszkodzenia implantu.
- Osoby z objawami gorączki, obrzęku lub cierpiące na osteoporozę.
- Osoby dializowane.
- Osoby przyjmujące leki na serce.
- Kobiety w ciąży.
- Sportowcy przed ponad 10-godzinnym, intensywnym wysiłkiem fizycznym.
- Osoby z tętnem poniżej 60 uderzeń/min.

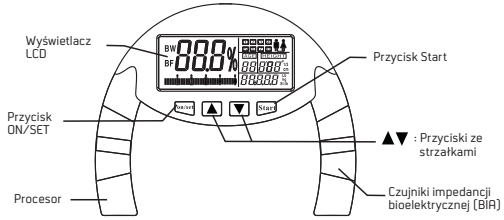
Aby uniknąć ewentualnych zakłóceń, miernika nie należy używać w pobliżu urządzeń emitujących silne pole elektromagnetyczne. Przed rozpoczęciem pomiaru należy odsunąć się od takich urządzeń lub wyłączyć je.
Płyn wyciekający z akumulatora może uszkodzić urządzenie. Należy natychmiast oczyścić komorę akumulatora, unikając kontaktu płynu ze skórą.
Pozostawianie akumulatora w zbyt niskiej lub zbyt wysokiej temperaturze (np. w samochodzie, w czasie mrozów lub upałów) może ograniczyć jego pojemność i skrócić okres użytkowania. Optymalna temperatura otoczenia to 15-25°C. W zbyt niskiej lub zbyt wysokiej temperaturze miernik może działać nieprawidłowo.
Nie wrzucaj akumulatora do ognia – niebezpieczeństwo wybuchu. Uszkodzony akumulator może wybuchnąć.
Urządzenia nie wolno przekazywać dzieciom do zabawy. Niewielkie elementy urządzenia mogą przyczynić się do zadławienia.
Należy pamiętać, że w pewnych miejscach, między innymi w szpitalach lub miejscach zagrożonych wybuchem, konieczne jest wyłączenie urządzeń elektronicznych i bezprzewodowych. Wyłącz urządzenie przed wejściem na pokład samolotu i nie używaj go podczas lotu.

3. Wprowadzenie

Wyświetlacz LCD



Widok ogólny urządzenia



Przygotowanie

Dwie baterie litowe 3 V są od razu zainstalowane w komorze na spodzie urządzenia.

Konfiguracja początkowa

Naciśnij przycisk „ON/SET", aby włączyć miernik. Przez chwilę widoczne będą wszystkie segmenty wyświetlacza LCD, a następnie urządzenie automatycznie przejdzie w tryb wyboru ustawień. Przycisk „ON/SET" pozwala przełączać się między kolejnymi ustawieniami.
Zob. rys. Poniżej:

A.Waga: ustaw swoją wagę za pomocą przycisków ze strzałkami (▲▼) . Krótkie naciśnięcie spowoduje zmianę wartości o 0,1 kg. Naciśnięcie i przytrzymanie pozwala zmienić wartość o 1,0 kg. Naciśnij przycisk „ON/SET", aby zatwierdzić ustawioną wartość. Po zatwierdzeniu na wyświetlaczu pojawi się menu wyboru użytkownika.
b.Wybór użytkownika: za pomocą przycisków ze strzałkami (▲▼) wybierz nową pozycję lub swoje wcześniej zapamiętane ustawienia. Naciśnij przycisk „ON/SET", aby zatwierdzić ustawioną wartość. Po zatwierdzeniu na wyświetlaczu pojawi się menu wyboru płci.
c.Płeć: wybierz swoją płeć za pomocą przycisków ze strzałkami (▲▼) . Naciśnij przycisk „ON/SET", aby zatwierdzić ustawioną wartość. Po zatwierdzeniu na wyświetlaczu pojawi się menu ustawiania wzrostu.
d.Wzrost: ustaw swój wzrost za pomocą przycisków ze strzałkami (▲▼) . Naciśnij przycisk „ON/SET", aby zatwierdzić ustawioną wartość. Po zatwierdzeniu na wyświetlaczu pojawi się menu ustawiania wieku.
E.Wiek: ustaw swój wiek za pomocą przycisków ze strzałkami (▲▼) . Naciśnij przycisk „ON/SET", aby zatwierdzić ustawioną wartość. Po zatwierdzeniu na wyświetlaczu ponownie pojawi się menu wyboru użytkownika, oznacza to, że konfiguracja została poprawnie zakończona.
W dowolnym momencie programowania ustawień możesz nacisnąć przycisk „ON/START", aby przejść do trybu pomiaru. Po wprowadzeniu wszystkich danych kilkakrotnie naciśnij przycisk „ON/SET", aby przejrzeć parametry i upewnić się, czy są prawidłowe. Na koniec wyświetli się menu wyboru użytkownika.
F.Naciśnij przycisk „START", aby przejść do trybu pomiaru. Na ekranie wyświetli się komunikat „BF ---".

4. Pomiar poziomu tkanki tłuszczowej i wody

Złap miernik oburącz suchymi dłońmi za przewodzące uchwyty po bokach i wyciągnij ręce prosto przed siebie, aby urządzenie znalazło się na wysokości Twojej klatki piersiowej. Na ekranie pojawi się komunikat '□□□'.
Poczekaj kilka sekund, aż urządzenie zmierzy poziom tkanki tłuszczowej („BF") i wody („BW"). Po zakończeniu pomiaru na ekranie przez jakiś czas wyświetlane będą na przemian oba wyniki, po czym urządzenie automatycznie wyłączy się.
W dolnej części ekranu widoczny będzie szereg pionowych kresek. Jest to wskaźnik poziomu tkanki tłuszczowej, który pozwala określić budowę ciała w porównaniu do statystycznej średniej: na tej podstawie dowiesz się, czy jesteś osobą szczupłą, otyłą, czy o normalnej figurze. Dane te możesz potraktować jako cenną wskazówkę na temat swojego ciała.
UWAGA: aby powtórzyć pomiar, ponownie naciśnij przycisk „ON/SET" i wprowadź dane zgodnie z instrukcjami w pkt. a) – f).

5. Rozwiązywanie problemów

W niektórych sytuacjach na ekranie może pojawić się komunikat „Err" lub mogą wystąpić problemy z wyłączeniem urządzenia. W takim przypadku zazwyczaj wystarczy wyjąć i ponownie włożyć baterie. Po włączeniu miernik powinien zacząć działać normalnie.
Jeżeli nie można włączyć urządzenia, sprawdź, czy baterie są włożone prawidłowo i sprawne. W razie konieczności wymień baterie.
Inne komunikaty:
- Wszystkie segmenty włączone jednocześnie: wyświetlacz działa poprawnie.
- „LO": słaba bateria.
- „Err-h": zmierzony poziom tkanki tłuszczowej jest zbyt wysoki lub przekracza górną granicę.
- „Err-l": zmierzony poziom tkanki tłuszczowej jest zbyt niski lub przekracza dolną granicę.

6. Dodatkowe informacje

Poziom tkanki tłuszczowej obliczany jest według znormalizowanej metody pomiarowej. Wzór używany do obliczeń został opracowany na podstawie kompleksowych badań naukowych. Duży wpływ na wyniki pomiaru ma poziom nawodnienia mięśni, który z kolei zależy od indywidualnych przyzwyczajeń i stylu życia. Inne czynniki mogące wpłynąć na wynik pomiaru:
- Bezpośrednio po kąpieli wskazywane wartości mogą być zaniżone.
- Bezpośrednio po posiłku lub wypiciu większej ilości płynów wskazywane wartości mogą być zawyżone.
- W czasie ciąży lub miesiączki wskazywane wartości mogą być niespójne.
- Przy odwodnieniu organizmu z powodu choroby lub wysiłku fizycznego: wskazywane wartości mogą być zaniżone.

Poniższa tabela pozwala w przybliżeniu określić budowę ciała według poziomu tkanki tłuszczowej i wody w organizmie:

Wiek	Kobieta		Mężczyzna		Stan
	Tkanka tłuszczowa [%]	Woda	Tkanka tłuszczowa [%]	Woda	
Poniżej 30	4.0-16.0	66.0-57.8	4.0-11.0	66.0-61.2	Nadmierna szczupłość
	16.1-20.5	57.7-54.7	11.1-15.5	61.1-58.1	Szczupłość
	20.6-25.0	54.6-51.6	15.6-20.0	58.0-55.0	Normalny
	25.1-30.5	51.5-47.8	20.1-24.5	54.9-51.9	Wysoki
	30.6-45.0	47.7-37.8	24.6-45.0	51.8-37.8	Nadmierna otyłość
Powyżej 30	4.0-20.0	66.0-55.0	4.0-15.0	66.0-58.4	Nadmierna szczupłość
	20.1-25.0	54.9-51.6	15.0-19.5	58.3-55.3	Szczupłość
	25.1-30.0	51.5-48.1	19.6-24.0	55.2-52.3	Normalny
	30.1-35.0	48.0-44.7	24.1-28.5	52.2-49.2	Wysoki
	35.1-45.0	44.6-37.8	28.6-45.0	49.1-37.8	Nadmierna otyłość

7. Konserwacja urządzenia

Urządzenie należy chronić przed wodą, działaniem deszczu, wilgoci albo jakichkolwiek innych cieczy. Zamoczenie spowoduje jego uszkodzenie. W przypadku zamoczenia urządzenie należy całkowicie wysuszyć przed ponownym użyciem. Urządzenia nie wolno czyścić przy pomocy agresywnych środków chemicznych, czyszczących, detergentów itd.
Urządzenia nie wolno używać w miejscach zapylonych i zakurzonych. Może to spowodować uszkodzenie części ruchomych i elektronicznych. Nie należy umieszczać urządzenia w miejscach o wysokiej temperaturze. Wysoka temperatura skraca żywotność urządzenia, uszkadza akumulator i plastikową obudowę.
Nie przechowywać w niskiej temperaturze. W czasie przywracania temperatury pokojowej na częściach wewnętrznych może pojawić się wilgoć, która spowoduje uszkodzenie urządzenia.
Rozmontowanie i modyfikacja urządzenia są zabronione oraz powodują unieważnienie gwarancji.
Wyjmij baterie, jeżeli przez dłuższy czas nie będziesz korzystać z urządzenia.
Nie rzucaj miernikiem i nie ściskaj go zbyt mocno. Unikaj silnych uderzeń i gwałtownych wstrząsów. Miernik jest bardzo delikatnym i wrażliwym urządzeniem pomiarowym.
Nie próbuj otwierać urządzenia i naprawiać go. W środku nie ma żadnych części nadających się do naprawy. Spowoduje to utratę gwarancji.

W przypadku konieczności pozbycia się tego produktu należy pamiętać, że wyrobów elektrycznych nie wolno wyrzucać ze zwykłymi odpadami domowymi. Produkt należy wrzucić do pojemnika przeznaczonego na elektrośmieci lub oddać do punktu skupu. Aby uzyskać informację na temat odpowiedniego sposobu pozbycia się produktu, skontaktuj się z właściwymi organami lokalnych władz lub sprzedawcą.

Avenzo Global Tech S.L. zaświadcza, że ten produkt jest zgodny z istotnymi wymaganiami i postanowieniami, obowiązujących przepisów, norm i dyrektyw WE. Kompletną kopię Deklaracji zgodności dla produktu można pobrać z naszej witryny internetowej:www.avenzo.biz.

avenzo

Monitor portátil para medição da gordura corporal e hidratação
AV595 - Manual de instruções

1. Introdução

Caro cliente:
Obrigado por ter comprado o nosso produto AV595 para a medição da sua gordura corporal e hidratação.
O princípio deste dispositivo baseia-se na análise da impedância bio-electrónica (BIA), que permite a estimativa da composição do corpo e em particular a medição da gordura corporal, quando está combinado com outros factores tais como a idade, o sexo, a altura e o peso.
Conteúdo da caixa
Na caixa encontrará o seguinte:
- Monitor portátil para medição da gordura corporal e hidratação *1
- Pilha *2 (já instaladas)
- Manual de instruções *1

Especificações AV595	
Peso máximo:	150 kgs/330 lb/24 stones
Peso mínimo:	2,0 kgs/4.4 lb
Divisão de unidade de peso:	0,1 kgs/0.2 lbs (pressionando ou por instantes)
Gama de medição de gordura corporal:	1,0 kg – 2.2 lbs (pressionando ou continuamente)
	4,0 – 45,0 %
Resolução diferencial de gordura corporal:	0,1%
Gama de medição de hidratação:	37,8 – 66,0%
Resolução diferencial de hidratação:	0,1%
Tamanho de dígitos no ecrã LCD:	0,8" (20 mm)
Corrente:	2x3,0V CR2032 pilha ião-lítio
Conversão kg/lb/stone	
Desligação automática	
Indicador de bateria fraca ("LO")	

Predefinições

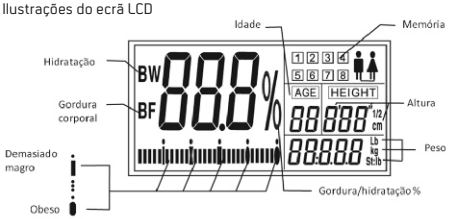
Parâmetro	Predefinição	Gama
Memória	1	1 a 8
Sexo	Homem	Homem/Mulher
Altura	165 cm	100 cm – 250 cm
Idade	25	10- 99

2.Conselhos de segurança

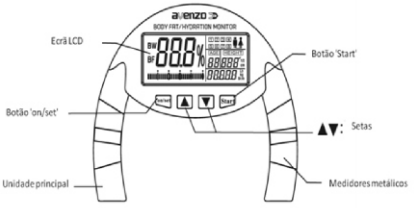
As leituras de gordura corporal e percentagem de hidratação só têm valor de referência. As características físicas não dão necessariamente uma leitura congruente da gordura corporal ou da percentagem de hidratação, e as pessoas com a mesma constituição física, mesma idade e mesmo sexo não dão as mesmas leituras. Não se destinam a uso médico. Consulte sempre o seu médico para obter aconselhamento sobre medicamentos ou dietas, para obter um nível de peso normal ou o nível de gordura corporal e a percentagem de hidratação desejados.
Este aparelho de medição de gordura corporal e hidratação não é adequado para pessoas nas condições seguintes:
-Crianças com menos de 10 anos e adultos com mais de 80 anos.-
Pessoas que usem pacemaker ou outro transplante médico com componentes electrónicos. O rendimento do transplante pode ser afectado.
-Pessoas com sintomas de febre, edema, osteoporose.
-Pessoas que façam diálise.
-Pessoas que tomem medicamentos cardiovasculares.
-Mulheres grávidas.
-Atletas que iniciem uma actividade de mais de 10 horas de desporto intensivo.
-Pessoas com a pulsação cardíaca abaixo dos 60 batimentos/minuto.
Para prevenir interferências, não use o aparelho ao lado de equipamentos com fortes campos electromagnéticos. Deixe sempre uma boa distância a estes equipamentos quando usar o nosso aparelho, ou desligue estes equipamentos antes de o operar.
Se alguma pilha gotejar, o aparelho poderá ficar danificado. Limpe imediatamente o compartimento da pilha, evitando o contacto com a sua pele.
Se deixar a pilha em lugares quentes ou frios, tais como um carro fechado no Verão ou no Inverno, a sua capacidade e vida útil serão reduzidas. Tente guardar sempre a pilha a uma temperatura entre 15°C e 25°C (59°F e 77°F). Um aparelho com uma pilha quente ou fria pode não funcionar temporariamente, inclusive se a pilha estiver totalmente carregada.
Não deixe as pilhas no fogo, dado que poderiam explodir. As pilhas também podem explodir se estiverem danificadas.
Não deixe que as crianças brinquem com o dispositivo. Existem peças pequenas que podem constituir perigo de asfixia.
Deve desligar qualquer dispositivo electrónico em determinados lugares, que podem incluir hospitais ou lugares com risco de explosão.
Desligue o aparelho antes de embarcar num avião e pergunte se o uso do mesmo é permitido durante o voo.

3. Para começar

Ilustrações do ecrã LCD



Ilustrações do aparelho

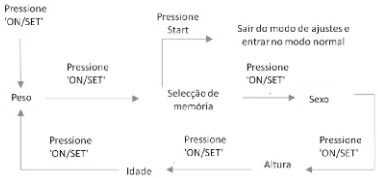


Preparação

As duas pilhas de lítio 3.0V já estão instaladas no compartimento da parte inferior do aparelho.

Definições iniciais

Pressione o botão "ON/SET" para ligar o aparelho. Todos os segmentos LCD se acendem por instantes e entram no modo de definições, começando pela selecção de memória. Pressionando novamente o botão "ON/SET" poderá alterar os restantes parâmetros.
Veja a ilustração seguinte:



a.Peso: pressione as setas (▲▼) para aumentar ou diminuir e definir o seu peso. Quando as pressiona por instantes aumenta/diminui em 0,1kg/0,1lb. Quando as pressiona continuamente aumenta/diminui em 1,0kg/2,2lb. Pressione o botão 'ON/SET' para confirmar o parâmetro. O ecrã LCD passa ao parâmetro seguinte (memória) ao mesmo tempo.
b.Memória: pressione as setas (▲▼) para aumentar ou diminuir e escolher a memória que deseja ou a memória que lhe foi atribuída. Pressione o botão 'ON/SET' para confirmar o parâmetro. O ecrã LCD passa ao parâmetro seguinte (sexo) ao mesmo tempo.
c.Sexo: pressione as setas (▲▼) para aumentar ou diminuir e definir o seu sexo. Pressione o botão 'ON/SET' para confirmar o parâmetro. O ecrã LCD passa ao parâmetro seguinte (altura) ao mesmo tempo.
d.Altura: pressione as setas (▲▼) para aumentar ou diminuir e definir a sua altura. Pressione o botão 'ON/SET' para confirmar o parâmetro. O ecrã LCD passa ao parâmetro seguinte (idade) ao mesmo tempo.
e.Idade: pressione as setas (▲▼) para aumentar ou diminuir e definir a sua idade. Pressione o botão 'ON/SET' para confirmar o parâmetro. O ecrã LCD passa ao parâmetro seguinte (memória) ao mesmo tempo, e o processo está concluído.
Em qualquer momento da configuração de parâmetros, pode pressionar o botão 'ON/SET' várias vezes para navegar na configuração de parâmetros e para se certificar de que os parâmetros estão correctamente configurados. O ecrã LCD passa ao parâmetro de memória.
Pressione o botão 'start' para sair do modo de definições e entrar no modo normal. O ecrã LCD passa a 'BF ---'.

4. Medição da gordura corporal e hidratação

Segure o aparelho frente ao seu peito, coloque os seus braços perpendicularmente ao seu corpo (certifique-se sempre de que tem as mãos secas ao segurar o aparelho) e segure os medidores metálicos. Enquanto segura os medidores, aparecerá " no ecrã LCD.
Decorridos alguns segundos, o aparelho mede automaticamente as suas percentagens de gordura corporal ("BF") e hidratação ("BW"). O ecrã LCD passa alternadamente 5 vezes entre os valores de gordura e hidratação e desliga-se automaticamente.
Na parte inferior do ecrã poderá ver uma linha de múltiplas barras verticais, que indicam a sua percentagem de gordura, indicando a que nível é que se situa em comparação com as estatísticas; se é considerado magro, normal ou obeso. Pode considerar esta indicação como referência da sua condição.
NOTA: quando pressionar o botão 'ON/SET', poderá medir outros dados, repetindo os passos de (a) a (f) para definir os dados pessoais.

5. Solução de problemas

O ecrã LCD pode mostrar mensagens de erro ocasionais 'Err', ou falhar ao desligar-se. Retire as pilhas e volte a instalá-las para proceder a um reinício completo. Volte a ligar o aparelho para reiniciar a operação.
Se o aparelho falhar ao ligar-se, verifique se as pilhas estão correctamente instaladas e se estão carregadas; insira as pilhas ou substitua-as.
Outras mensagens:
-Todos os segmentos se acendem simultaneamente. Isso indica que os segmentos estão a funcionar correctamente.
'-LO': as pilhas estão fracas.
'-Err-h': a percentagem de gordura calculada é demasiado alta ou situa-se acima do limite superior.
'-Err-l': a percentagem de gordura calculada é demasiado baixa ou situa-se abaixo do limite inferior.

6. Informação de referência

O resultado da gordura corporal avaliada baseia-se num método estandardizado de medição. É calculado por um método desenvolvido em estudos científicos extensivos. A hidratação contida nos músculos afecta a medição. Os hábitos e o modo de vida pessoais afectam o nível de hidratação. Outros factores, tais como os seguintes, podem afectar a hidratação:
-Depois de um banho, a leitura pode ser mais baixa.
-Depois de comer ou beber, a leitura pode ser mais alta.
-Durante o período menstrual ou a gravidez, as leituras podem variar ou ser inconsistentes.
-No caso de perda de hidratação por doença ou actividades físicas intensas, as leituras podem ser mais baixas.
A tabela seguinte apresenta um estado estimado em comparação com as percentagens de gordura e hidratação indicadas:

Idade	Mulher		Homem		Estado
	Gordura(%)	Hidratação (%)	Gordura(%)	Hidratação (%)	
Menos de 30	4.0-16.0	66.0-57.8	4.0-11.0	66.0-61.2	Demasiado magro
	16.1-20.5	57.7-54.7	11.1-15.5	61.1-58.1	Magro
	20.6-25.0	54.6-51.6	15.6-20.0	58.0-55.0	Normal
	25.1-30.5	51.5-47.8	20.1-24.5	54.9-51.9	Alto
	30.6-45.0	47.7-37.8	24.6-45.0	51.8-37.8	Muito alto
Mais de 30	4.0-20.0	66.0-55.0	4.0-15.0	66.0-58.4	Demasiado magro
	20.1-25.0	54.9-51.6	15.0-19.5	58.3-55.3	Magro
	25.1-30.0	51.5-48.1	19.6-24.0	55.2-52.3	Normal
	30.1-35.0	48.0-44.7	24.1-28.5	52.2-49.2	Alto
	35.1-45.0	44.6-37.8	28.6-45.0	49.1-37.8	Muito alto

7. Conselhos de manutenção

Mantenha o aparelho seco e evite a chuva, a humidade e o contacto com qualquer outro líquido, que poderiam danificar o aparelho. Se o aparelho estiver molhado, por favor só o utilize depois de ele estar totalmente seco.
Não limpe o aparelho com produtos químicos fortes, agentes de limpeza, detergentes, etc.
Não utilize o aparelho em lugares sujos e com muito pó, dado que as peças desmontáveis e os componentes electrónicos se poderiam danificar.
Não coloque o aparelho em lugares expostos a altas temperaturas, dado que isso encurtaria a vida útil do dispositivo e provocaria danos nas pilhas e nas peças de plástico.
Não coloque o aparelho em lugares expostos a baixas temperaturas dado que, ao voltar à temperatura normal, a humidade da condensação danificaria os circuitos internos.
Não é permitido desmontar ou modificar o aparelho nem o submeter a batimentos fortes, etc., dado que isso poderia danificar a sua estrutura interna e a garantia ficaria anulada. Não contém nenhuma peça que possa ser reparada.
Não lance o aparelho. Evite os impactos fortes e as sacudidelas bruscas. É um aparelho de medição preciso, sendo delicado e sensível a qualquer influência externa indesejável.

Se no futuro necessitar em qualquer momento de rejeitar este produto, por favor tenha em conta que os produtos eléctricos não devem ser deitados fora juntamente com o lixo normal da sua casa. Por favor deposite este produto nos contentores do lixo ou acorra aos "ecopontos" da sua localidade para proceder à sua reciclagem. Verifique com a sua autoridade local ou com o retalhista qual o procedimento de reciclagem mais conveniente.

Por intermédio da presente, a Avenzo Global Tech S.L. declara que este produto satisfaz os requisitos essenciais e quaisquer outras disposições aplicáveis ou exigíveis da Directiva CE. A cópia completa da Declaração de Conformidade para este produto pode ser obtida através da nossa página da Internet www.avenzo.biz.